

Меню на 12.09 2023г.

7 – 11 лет

ЗАВТРАК

ОБЕД

№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории		№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории
1	Нарезка из свежих помидор	60	13,1	1	1	Салат из квашеной капусты	60	51,42
2	Мясо (говядина тушеное	100	225	2	2	Суп с макар. изд. и картофелем	200	87,2
3	Каша вязкая пшеничная	150	152,4	3	3	Пюре картофельное	150	172,9
4	Сок фруктовый	200	84,8	4	4	Рыба, туш. в том. с овощ. 80/80	135	179
5	Хлеб пшеничный	25	57,4	5	5	Компот из сухофруктов	200	81
6	Хлеб ржаной	25	54,85	6	6	Хлеб пшеничный	35	80,36
Итого		560	587,55	7	7	Хлеб ржаной	35	76,75
				8	8	Фрукты (яблоки, персики, черешня, сливы, абрикосы)	100	47
Цена: 124,23				Итого		915		775,63
				Цена: 114,2				

12 лет и старше

ЗАВТРАК

ОБЕД

№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории		№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории
1	Нарезка из свежих помидор	60	13,1	1	1	Салат из квашеной капусты	100	85,7
2	Мясо тушеное	120	270	2	2	Суп с макар. изд. и картофелем	250	109
3	Каша вязкая пшеничная	180	182,9	3	3	Пюре картофельное	180	207,4
4	Сок фруктовый	200	84,8	4	4	Рыба, туш. в том. с овощ. 100/50	150	190,1
5	Хлеб пшеничный	30	68,88	5	5	Компот из сухофруктов	200	81
6	Хлеб ржаной	35	76,75	6	6	Хлеб пшеничный	30	68,88
Итого		625	696,43	7	7	Хлеб ржаной	60	119,2
				8	8	Фрукты (яблоки, персики, черешня, сливы, абрикосы)	100	47
Цена: 87,15				Итого		1070		908,28
				Цена: 134,89				

Директор МБОУ СОШ № 23

Старший повар



Е.В. Носок

Н.В. Зарипова